

**STÅ STÆRKT
I ET FORANDERLIGT
ARBEJDSLIV**

DIALOGVÆRKTØJ



DIALOGVÆRKTØJET

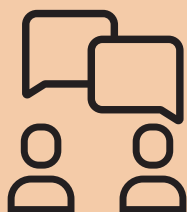
STÅ STÆRKT

Med *Stå stærkt* kan du som leder facilitere en dialog med dine medarbejdere om, hvordan små og store forandringer påvirker samarbejde, opgaveløsning og trivsel. Målet med dialogen er både at nå frem til konkrete handlinger og at give plads til at sætte ord på de følelsesmæssige reaktioner, som forandringer har medført.

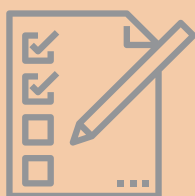
Hvis du er usikker på, hvad dialogen kan åbne op for, eller om der kan opstå situationer, der bliver svære at håndtere, så søg evt. sparring hos HR, TR, AMR eller en trivselskonsulent inden dialogen. Du kan også overveje, om du skal facilitere dialogen sammen med TR, AMR eller en lederkollega.

Stå stærkt egner sig godt som en del af et halv- eller heldagsmøde væk fra hverdagen, hvor der er bedre tid til refleksion og dialog. Værktøjet er ikke velegnet til situationer præget af konflikter mellem medarbejdere, hvor der i stedet anbefales konflikthåndtering.

Materialet '*Stå stærkt* i et foranderligt arbejdsliv' består af tre dele:



Dialogværktøjet *Stå stærkt* med instruktion og brikker. (dette dokument)



Vejledning til leder til at facilitere dialogværktøjet *Stå stærkt*.



Pjecen *Kort og godt om forandringer og reaktioner på forandringer*.

Du kan godt bruge *Stå stærkt* uden at læse vejledningen eller pjecen. Vejledningen støtter dig i faciliteringen af *Stå stærkt*. Pjecen giver dig baggrundsviden om forandringer og reaktioner på forandringer hos dine medarbejdere.

God fornøjelse med dialogværktøjet *Stå stærkt*!

INSTRUKTION TIL DIALOG- VÆRKTØJET STÅ STÆRKT

DET PRAKTISKE

- Tid: ca. 1-1½ time (vejledende)
- Deltagere: 3-9 (bedst 5-6)
- Indhold: 5 grønne, 20 orange og 12 blå brikker
- Post-it og penne

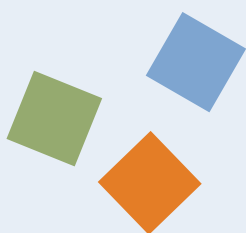
Hvis I er 10 eller flere, så del jer op i grupper. Hver gruppe sidder ved deres eget bord med deres eget sæt af *Stå stærkt*. Udpeg en facilitator for hver gruppe udover din egen. Når I er færdige med samtalen, fremlægger hver gruppe, hvad de har talt om.

Start med at læse denne tekst op for gruppen

Vi skal have en samtale om, hvordan forandringer lige nu påvirker vores opgaveløsning, samarbejde og trivsel. Vi bruger dette dialogværktøj til at skabe rammerne for samtalen.

- Først vælger vi hver især et emne, som vi gerne vil tale om, og gennemgår dem ét ad gangen.
- Dernæst skal vi beslutte os for et enkelt tiltag, der styrker vores opgaveløsning, samarbejde og trivsel.
- Til sidst tager vi en runde, hvor vi sætter ord på, hvordan vi har det, og hvad vi har brug for.

Udfør punkterne 1-8 én ad gangen – dvs. læs ikke et nyt punkt op, før det nuværende er gennemført.



1. Sid så tæt sammen som muligt om et lille bord.
2. Læg de 5 foldede grønne brikker i nummerrækkefølge i en bunke midt på bordet med 1 øverst.
3. Læg de orange og blå brikker ud på bordet med teksten opad.
4. En frivillig sætter sin telefon på 4 min.
5. Gå tavst rundt om bordet og læs de orange og blå brikker.
 - Orange brikker: Hvad er det vigtigt at tale om? Noget, du værdsætter eller noget, du savner.
 - Blå brikker: En følelse, der knytter sig til den orange brik.
6. Alle tager en orange og en blå brik inden uret bipper (ved 3-4 deltagere tager alle 2 orange og 1-2 blå brikker).
7. Læg de overskydende orange og blå brikker væk og sid ned.
8. Læs den øverste grønne brik højt, følg instruktionerne på brikken og begynd samtalen.



1. FØRSTE EMNE

Sæt uret på 1 min.

En af os fortæller først om sin valgte orange brik. Brug den blå brik i fortællingen

Vend denne grønne brik, når uret bipper.

NÆSTE EMNE

Sæt uret på 1 min.

En anden fortæller om sine valgte brikker.

Dette gentager vi, hver gang uret bipper.

Fjern denne grønne brik, når alle har talt.

2. VÆLG 3 EMNER

Sæt uret på 10 min.

Læg de orange brikker ind midt på bordet. Behold den blå brik.

Vælg de tre orange brikker, der kan forbedre vores opgaveløsning, samarbejde og trivsel mest.

Vend denne grønne brik, når uret bipper.

VÆLG 1 EMNE

Sæt uret på 10 min.

Vi har nu de tre orange brikker, der betyder mest for opgaveløsning, samarbejde og trivsel.

Vælg den af de tre brikker, som vi både kan og vil gøre noget ved.

Fjern denne grønne brik, når uret bipper.

3. IDEER

Sæt uret på 10 min.

Vi har nu én orange brik med stor betydning for opgaveløsning, samarbejde og trivsel.

Skriv én post-it hver med én idé til, hvordan vi i fællesskab kan forbedre brikken.

Vend denne grønne brik, når uret bipper.

ÉN HANDLING

Sæt uret på 10 min.

Alle beskriver kort deres post-it og lægger den ind på bordet.

Bliv enige om én handling, vi selv kan udføre, der vil bidrage til at forbedre vores orange brik.

Fjern denne grønne brik, når uret bipper.

4. HVAD FYLDER

Sæt uret på 2 min.

En af os svarer på: Hvordan har du det lige nu?

Ingen afbrydelser. Ingen kommentarer undervejs. Alt der siges er gyldigt.

Vend denne grønne brik, når uret bipper.

HVAD FYLDER?

Sæt uret på 2 min.

En anden af os svarer på: Hvordan har du det lige nu?

Dette gentager vi, hver gang uret bipper.

Fjern denne grønne brik, når uret bipper.

5. OPFØLGNING

Sæt uret på 1 min.

En af os svarer på: Hvordan skal vi følge op i fællesskab på den dialog, vi har haft?

Vend denne grønne brik, når uret bipper.

OPFØLGNING

Sæt uret på 1 min.

En anden af os svarer på: Hvordan skal vi følge op i fællesskab på den dialog, vi har haft?

Dette gentager vi, hver gang uret bipper.

Slut samtalen, når alle har svaret.


FLEKSIBILITET

Balance
Hjemmearbejde
Frihed
Selvstændighed
Valgfrihed
Hybridarbejde


STRUKTUR

Politikker
Processer
Standarder
Procedurer
Systemer
Mødekultur

MÅL

Succeskriterier
KPI'er
Transparens
Måling
Tydelighed
Registrering

SOCIALT

Glæde
Samvær
Fejringer
Grin
Humor
Hygge

ARBEJDSMÆNGDE

Travlhed
Prioritering
Balance
Belastning
Tempo
Samarbejde

KOMPETENCE

AI
Overblik
Udvikling
Faglighed
Læring
Oplæring



ANSVAR

Mandat
Rolle
Selvbestemmelse
Snitflader
Indflydelse
Delegering

ENGAGEMENT

Motivation
Anerkendelse
Faglighed
Opbakning
Trivsel
Involvering

KUNDER

Dialog
Kontakt
Tid
Faglighed
Forventninger
Målgruppe

KVALITET

Brugervenlighed
Brugertilfredshed
Compliance
Præcision
Leverance
Perfektionisme

TRYGHED

Forudsigelighed
Psykologisk sikkerhed
Forskellighed
Værdighed
Transparens
Ordentlig

TILLID

Åbenhed
Støtte
Feedback
Ærlighed
Sårbarhed
Selvtillid



MENING

Formål

Betydning

Bidrag

Sammenhæng

Værdier

Meningsløshed

OVERBLIK

Planer

Retning

Prioriteter

Fokus

Klarhed

Fælles kurs

RETFÆRDIGHED

Upartiskhed

Belønning

Rimelighed

Åbenhed

Lige behandling

Fairness

STYRING

Nysgerrighed

Tilgængelighed

Dialog

Fleksibilitet

Imødekommenhed

Tilpasning

LEDELSE

Retning

Nærvær

Opfølgning

Tillid

Strategi

Tilgængelighed

TENDENSER

AI

Automatisering

Dataetik/brugsetik

Generationer

Outsourcing

Cybersikkerhed



KOORDINERING

Processer

Samarbejde

Sammenhæng

Relationer

Afhængigheder

Overlevering

MOD

Konstruktiv kritik

Sårbarhed

Risikovilje

Selvkritik

Ambition

Vedholdenhed



UTRYG

Usikker

På vagt

Sårbar

Søger stabilitet

USIKKER

Tvivlende

Afventende

Uafklaret

Forsigtig

OVERBELASTET

Presset

Mentalt fyldt

Træt

Har brug for pause

FORVIRRET

Mangler overblik

Søgende

Rådvild

I tvivl

AFVENTENDE

Observerende

Tilbageholdende

Tøvende

Passiv

RESERVERET

Tilbagetrukket

Beskyttende

Lyttende

Forbeholden



TRYG

Rolig

Stabil

Tillidsfuld

Forankret

NYSGERRIG

Åben

Undrende

Interesseret

Udforskende

HÅBEFULD

Optimistisk

Fremadrettet

Forventningsfuld

Parat

ENGAGERET

Motiveret

Deltagende

Energisk

Medskabende

AFKLARET

Bevidst

Beslutsom

Balance

Klar

TILLIDSFULD

Åben

Fortrøstningsfuld

Samarbejdende

Stabil